

CLUB VTT

Groupe 2

De 11 à 17 ans

Avec Thomas

Public

De 11 à 17 ans (2012 à 2006)

Tarifs

2h : 70 € le trimestre, soit 210 € l'année

Jour - Dates - Horaires

**Mercredi : du 13 septembre 2023
au 19 juin 2024**

De 13h30 à 15h30

**De 13h00 – 13h15 : Accueil et départ possible
du SIHA (6 rue des minimes à Trets) avec le
minibus, se renseigner au bureau.**

Programme 2023/2024

- Apprendre à rouler en sécurité en descente,
- Être capable de varier ses efforts lors des difficultés du parcours,
- Apprendre à changer les vitesses du vélo selon les difficultés rencontrées,
- Maîtriser son freinage pour ralentir et s'arrêter,
- Être capable d'effectuer différentes réparations sur le vélo, changer une chambre à air et réparer une chaîne.

Matériel et tenue

- Prévoir équipement : vélo et casque (prêt possible à l'année : se renseigner)
- Tenue de sport, K-way en cas de pluie
- Sac à dos confortable et gourde

Lieux

Dates	Lieux
13/09 au 18/10	Peynier : Base de loisirs la Garenne
8/11 au 20/12	Fuveau : Parking du gymnase du Collège
10/01 au 21/02	Pourrières : parking de la crèche
13/03 au 17/04	Puylobier : parking de la Légion étrangère
15/05 au 19/06	Lieu à définir avec les enfants et l'éducateur.
26/06	Challenge sportif : Peynier Base loisirs la Garenne (après-midi uniquement)

Informations

- **Fournir un certificat médical** de non-contre indication à la pratique des sports en général (si 1^{ère} inscription) ou l'attestation QS-SPORT (renouvellement)
- Pas de séance durant les vacances scolaires (stages vacances proposés)
- Toute absence doit être signalée au bureau
- **Engagement sur l'année.** Possibilité de paiement au trimestre
- Aucun remboursement ne sera possible au cas où l'activité serait arrêtée en cours d'année (accident, maladie, autre...)

Syndicat Intercommunal du Haut de l'Arc

Service Sports, Loisirs, Nature

6, Rue des Minimes - 13530 TRETTS



04 42 29 40 30



www.sihva.com



sports.loisirs@sihva.com



Rejoignez-nous !